



COL·LEGI SANT JOSEP
08770 SANT SADURNI D'ANOIA

Desembre 2022

SENSE GLUTEN

LA PASTA, PA RATLLAT I FARINA UTILITZADA PER ELABORAR AQUEST MENÚ NO CONTÉ GLUTEN

Agora
Collectivitats



Ctra. Santa Creu de Calafell, núm. 35, bxs.
08850 - Gavà - Barcelona
Tel. 93.638.87.03
info@agoracatering.es / www.agoracatering.es

				DI JOUS 1		DIVENDRES 2			
				Mongeta verda amb patata i pastanaga i oli d'oliva		Crema de carbassa			
				Fricandó de vedella a la jardinera		Pit de pollastre a la planxa amb enciam, blat de moro i olives negres			
				Fruita de temporada		Fruita de temporada			
				Kcal: 567,1 Prot (gr) 29,4 Lip (gr) 18,3 H.C. (gr) 69,9		Kcal: 517,6 Prot (gr) 31,9 Lip (gr) 63,0 H.C. (gr) 71,4			
DILLUNS 5		DIMARTS 6		DIMECRES 7		DI JOUS 8		DIVENDRES 9	
Macarrons a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet) (pasta sense gluten)		FESTA		Bròquil i patata amb oli d'oliva		FESTA		FESTA	
Delícies de gall dindi sense gluten amb amanida				Llom a la planxa					
Fruita de temporada				Fruita de temporada					
Kcal: 713,8 Prot (gr) 35,0 Lip (gr) 57,1 H.C. (gr) 103,0				Kcal: 520,7 Prot (gr) 32,4 Lip (gr) 14,1 H.C. (gr) 66,8					
DILLUNS 12		DIMARTS 13		DIMECRES 14		DI JOUS 15		DIVENDRES 16	
Arròs amb salsa de tomàquet		Cigrons cuits amb patates		Crema de carbassó (carbassó, porro i patata)		Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva		Espaguetis a la carbonara (pasta sense gluten)	
Nuggets de pollastre sense gluten amb carbassó		Tilapia enfarinada amb enciam, pastanaga i olives verdes		Llom a la planxa amb enciam, blat de moro i olives negres		Hamburguesa de porc i vedella a la planxa amb enciam, pastanaga i olives verdes		Truita de formatge amb enciam, blat de moro i olives negres	
Làctic		Fruita de temporada		Fruita de temporada		Fruita de temporada		Fruita de temporada	
Kcal: 931,7 Prot (gr) 24,4 Lip (gr) 31,2 H.C. (gr) 136,8		Kcal: 605,1 Prot (gr) 34,1 Lip (gr) 69,0 H.C. (gr) 68,3		Kcal: 516,0 Prot (gr) 28,5 Lip (gr) 60,5 H.C. (gr) 76,2		Kcal: 535,7 Prot (gr) 12,0 Lip (gr) 65,9 H.C. (gr) 75,8		Kcal: 729,9 Prot (gr) 21,0 Lip (gr) 95,8 H.C. (gr) 57,9	
DILLUNS 19		DIMARTS 20		DIMECRES 21		DI JOUS 22		DIVENDRES 23	
Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva		Arròs amb verdures		Sopa de Nadal (pasta sense gluten, sense ou)					
Llom empanat amb enciam, blat de moro i olives negres		Truita de pernil dolç amb enciam, blat de moro i olives negres		Pernilets de pollastre a la catalana amb patates xips					
Fruita de temporada		Fruita de temporada		Refresc i torrons					
Kcal: 802,9 Prot (gr) 33,2 Lip (gr) 78,7 H.C. (gr) 101,3		Kcal: 733,8 Prot (gr) 24,6 Lip (gr) 74,2 H.C. (gr) 104,0		Kcal: 902,9 Prot (gr) 61,0 Lip (gr) 197,3 H.C. (gr) 95,4					
DILLUNS 26		DIMARTS 27		DIMECRES 28		DI JOUS 29		DIVENDRES 30	
				BON NADAL					

A
L
I
M
E
N
T
A
N
T
E
L
P
R
E
S
E
N
T

Les amanides de guarnició tindran els següents ingredients: enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro i olives.

Els làctics seran: iogurts naturals o de sabors, natilles, flams i iogurts líquids.

La fruita del mes serà: poma, pera, plàtan, mandarina i taronja

L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva

ALIMENTANT EL FUTUR